

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «КРЕПЫШ»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК
(МБДОУ «Крепыш»)

ОКПО 44703441, ОГРН 1028900710849, ИНН/КПП 8905026465/890501001
Проспект Мира, дом 65а, город Ноябрьск, ЯНАО, Россия, 629800
тел.(3496) 42-47-99, 42-48-25 Email: krepish@noyabrsk.yanao.ru

«Рассмотрено»

на заседании Педагогического
совета протокол № 1
от «29» 08 2023 г.

Председатель Педагогического
совета: М.М.Иванов

«Согласовано»

Заместитель заведующего
Е.Г. Старцева

«29» 08 2023 г.

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Крепыш»
Л.В. Цэруш
приказ от «29» 08 2023 г.



Рабочая программа
Образовательная область
«Физическое развитие»
средняя группа №9
(4-5 лет)
образовательный компонент
«Плавание»
на 2023 – 2024 учебный год

**1 период образовательной нагрузки в неделю
(всего 37 периодов)**

Составитель: Иванов Р.Р.
инструктор по физической культуре
МБДОУ «Крепыш»

2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по плаванию для детей средней группы (далее – программа) составлена в соответствии с образовательной программой дошкольного образования по образовательной области «Физическое развитие».

Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

1. Обучение плаванию в детском саду. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина. - М.: Просвещение, 1991 г.
2. Программа обучения плаванию в детском саду. Е.К. Воронова. - М.: Детство-пресс, 2003 г.

Программа рассчитана на 37 периодов образовательной нагрузки в год (1 раз в неделю). Длительность одного - 20 минут.

Цель программы - обучение детей младшего дошкольного возраста плаванию; закаливание и укрепление детского организма; обучение каждого ребёнка осознанному занятию физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем).

Задачи программы:

- Формирование умения согласовывать действия со сверстниками, быть аккуратным в движениях и перемещениях, соблюдать двигательную безопасность.
- Развитие инициативности, активности, самостоятельности, произвольности в подвижных играх, в ходе совместной и индивидуальной двигательной деятельности детей.
- Формирование элементарных представлений о безопасном поведении в воде и бассейне.
- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, о роли плавания в укреплении здоровья.
- Обогащение двигательного опыта детей, в том числе в водной среде.
- Овладение подводными упражнениями к плаванию, в том числе самостоятельному лежанию на воде и скольжению в воде.
- Создание условий для самостоятельной активности детей с использованием физкультурного оборудования и инвентаря в подвижных играх в бассейне.
- Развитие координации и ловкости при передвижении в воде, ориентации в пространстве по указанию взрослого.

Новизна программы

Основное содержание программы составляют физические упражнения и игры, освоение которых помогают детям освоить элементы плавания способами кроль на груди, кроль на спине. Программа ориентирует на поддержание положительного эмоционального отношения детей к образовательной нагрузке по плаванию на всех этапах обучения, стремлению к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться плавать. Содержание программы направлено на осознание ценности здорового образа жизни, учит бережно относиться к своему здоровью, знакомит с элементарными правилами безопасного поведения на воде.

Отличительная особенность программы

Обучение плаванию начинается с освоения воды, чтобы у детей не было боязни и страха перед ней, и чтобы они чувствовали себя в воде уверенно и свободно. С этой целью в программе определена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр. Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового опыта - освоения водной среды обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребенка. Реализуемая программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми. В программе

предусматриваются основные требования к организации проведения плавания, обеспечению мер безопасности и выполнению необходимых санитарно-гигиенических правил.

Особенности организации образовательного процесса

При проведении образовательной нагрузки осуществляется медико-педагогический контроль над воспитанием и здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей. Форма проведения – подгрупповая, дети делятся на две подгруппы по 10-12 человек. Комплектуя группы для проведения плавания, учитывается не только физическая подготовленность детей, но и то, как воспитанники усваивают плавательные движения.

Структура проведения образовательной нагрузки состоит из 3 частей:

- подготовительная часть (общеразвивающие упражнения на суше или в воде);
- основная часть (специальные и подготовительные упражнения для обучения плаванию);
- заключительная часть (игры и упражнения на внимание).

В подготовительной части предусматривается выполнение разминочных и подводящих упражнений только на «суше» или на «суше» и частично в воде. Основная часть проводится только в воде. В ходе ее осуществляется изучение нового материала и совершенствование ранее приобретенных навыков с помощью упражнений, игр; решается основная задача организованной совместной деятельности. Заключительная часть преимущественно проводится в воде, но часть ее может проводиться и на суше. Содержанием данной части образовательной нагрузки является организация самостоятельного плавания, сочетаемого с индивидуальной работой; целью – снижение физической и эмоциональной нагрузки и подведение итогов. Вместе с тем, задачи подготовительной и заключительной частей так же направлены на решение основной задачи образовательной нагрузки, подчинены ей.

Тематический план

№	Тема образовательной нагрузки	Количество периодов образовательной нагрузки	В т.ч. практических
1-2	Правила поведения в бассейне и в воде. Гигиенические правила	2	2
3	Освоение с водой. Игры	1	1
4	Освоение с водой. Игры	1	1
5	Отработка диагностических упражнений. Купание	1	1
6	Отработка диагностических упражнений. Купание	1	1
7-10	Купание, игры, эстафеты	4	4
11-14	Освоение с водой	4	4
15-16	Купание, игры, эстафеты	2	2
17-20	Освоение с водой	4	4
21-24	Лежание на воде «Звездочка»	4	4
25-26	Подвижные игры	2	2
27-28	Лежание на воде «Звездочка»	2	2
29-30	Отработка диагностических упражнений. Купание	2	2
31-32	Лежание на воде «Звездочка»	2	2
33-34	Совершенствование упражнений по освоению с водой	2	2
35-36	Подвижные игры	2	2
37	Развлечения в воде	1	1
	Итого	37	37

**Требования к результатам освоения образовательного компонента
«Плавание»
образовательной области «Физическое развитие»**

К концу года дети должны знать:

- правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены, значение плавания в системе закаливания организма и в обеспечении безопасности жизнедеятельности человека;

- названия плавательных упражнений, способов плавания;
- название плавательного инвентаря для обучения;
- значение закаливающих процедур;
- роль плавания для физического развития

К концу года дети должны уметь:

- выполнять упражнения на всплытие и расслабление;
- лежать на поверхности воды, на груди;
- выполнять элементарные передвижения в воде;
- выполнять погружение в воду, задерживать дыхание;
- выполнять выдох в воду при погружении, подряд несколько вдохов и выдохов;
- выполнять игровые ситуации.

К концу года дети должны использовать приобретённые умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- для выполнения дыхательной гимнастики;
- для соблюдения гигиенических требований и применения их в повседневной жизни;
- для соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной деятельности;
- для выполнения правил поведения и мер безопасности на открытых водоёмах в различное время года, а также основных требований к местам купания в летний период;
- для применения полученных умений в экстремальной ситуации.

Формы организации образовательного процесса

Содержание работы	Формы работы	Формы организации детей
Организованная детская деятельность		
Плавание	Игровая беседа с элементами движений, игра, интегративная детская деятельность, моменты радости, совместная деятельность взрослых и детей игрового, интегративного, тематического характера, контрольно-диагностическая деятельность	Подгрупповая

Содержание учебного предмета

№	Раздел программы	Содержание учебного материала
1	Основы знаний о плавании	Влияние плавания на состояние здоровья. Значение закаливающих процедур. Правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены. Правила поведения и техники безопасности на воде.
2	«Сухое плавание»	Строевые упражнения: - построения — в колонну, шеренгу, в круг, в рассыпную; - перестроения — в звенья, тройками, в несколько кружкой, парами, в колонну по одному, по два, в одну-две шеренги; - повороты - переступанием, направо и налево, используя зрительные ориентиры. Общеразвивающие упражнения:

		<p>- для развития рук и плечевого пояса — исходные положения вниз, на пояс, вверх, в стороны, к плечам, за спину, вперед. Движения рук: в одном направлении, поочередные, махи, сжатие и разжатие пальцев, пальчиковая гимнастика, вращения (одновременные) вперед, назад (упражнение «мельница»);</p> <p>- для мышц туловища — исходные положения стоя, стоя на коленях, стоя на четвереньках, упор присев, сидя упор сзади, сидя ноги вместе, сидя ноги врозь, лежа на животе, лежа на спине. Наклоны вперед, назад; повороты вправо, влево;</p> <p>- для мышц ног - исходные положения вместе, слегка врозь; пятки вместе, носки врозь; на ширине плеч; врозь; на одной ноге. Махи, подъемы (одновременно и поочередно), приседания, подскоки на месте.</p>
3	Овладение специальными подготовительными упражнениями для формирования плавательных умений	<p>Самостоятельный спуск в чашу бассейна.</p> <p>Ходьба: большими шагами; на носочках; в полуприседе; с высоким подниманием бедра; в положении с наклоном туловища вперед; с вытянутыми вперед руками; заложив руки за спину; держа в руках плавательную доску; загребая воду руками; по кругу в хороводе; с изменением направления движения; в произвольном направлении; приставными шагами вдоль бортика и по кругу; одной рукой держась за бортик, другой выполняя гребковые движения; с гребковыми движениями назад (пальцы вместе, кисть лодочкой); выполняя поочередно гребки левой и правой рукой.</p> <p>Бег: держась одной рукой за доску; с высоким подниманием бедра; выполняя гребковые движения; держа в руках плавательную доску; с активными движениями руками; парами; змейкой за инструктором; наперегонки.</p> <p>Прыжки с выполнением разных заданий: на месте у бортика; по кругу, держась за руки, с поворотом; на двух ногах с продвижением вперед; держась за доску одной рукой; прыжки с брызгами; легкие прыжки по кругу; прыжки вверх, энергично отталкиваясь; приседание с выпрыгиванием из воды; выпрыгивание из воды, держась за поручень; прыжки с падением в воду.</p> <p>Погружение лица в воду: поэтапное погружение лица в воду (подбородок, рот, нос, голова).</p> <p>Дыхательные упражнения: дуем на игрушки, на воду; выдох в воду, под водой; держась за бортик - вдох, опустить лицо в воду - выдох; стоя из положения наклон вперед - вдох, опустить лицо в воду - выдох; присесть - погрузиться с головой в воду, сделать выдох в воду и т.п.</p> <p>Погружение в воду с головой: держась за бортик; приседая; доставая предметы со дна (на глубине немного выше колена; по пояс); передвигаясь по бассейну, по сигналу погружаясь в воду; стоя в кругу, взявшись за руки, присесть, погружаясь в воду; стоя в парах, держась за руки, присесть поочередно, погружаясь в воду.</p> <p>Работа прямыми ногами: сидя на дне бассейна; лежа на воде, держась за бортик; передвигаясь по дну руками.</p> <p>Лежание на воде: держась за бортик, с помощью плавательной доски, с поддержкой инструктором.</p>
4	Игры и развлечения на воде.	<p>Игры (игровые упражнения):</p> <p>- ходьба и бег: «Ледокол», «Паровозик», «Лошадки», «Лодочки плывут», «Найди себе пару», «Переправа»; «Поймай мяч»;</p>

	<p>- прыжки: «Воробушки», «Волчок», «Кто выше», «Зайчики на прогулке», «Лягушата», - дыхание: «Остуди чай!», «Пузыри», «У кого больше пузырей», «Пускаем пузыри», «Насос»;</p> <p>- погружение лица в воду: «Моем носики», «Моем лицо», «Моем глазки», «Сосчитай пальцы», «Спрячемся под воду», «Водолазы», «Сомбреро», «Передай предмет под водой»;</p> <p>- погружение в воду: «Достань со дна предмет», «Достань игрушку», «Достань клад»;</p> <p>- подвижные игры: «Рыбки и рыболов», «Поймай мяч», «Передай мяч по кругу», «Море волнуется», «Карусели», «Пчела»;</p> <p>- прыжки: «Веселый мяч», «Шторм на море», «Зайцы в поле»;</p> <p>- погружение лица в воду: «Умываемся», «Птички умываются» «Смываем мыльную пену»;</p> <p>- умение лежать на воде: «Медуза», «Звездочка», «Поплавок», «Покажи пятки»;</p> <p>- умение скользить: «Стрела», «Плавучие стрелы», «Буксир»;</p> <p>- подвижные игры: «Невод», «Охотники и утки», «Караси и карпы», «Море волнуется», «Сердитая рыбка», «Поезд в тоннеле».</p>
--	---

Способы проверки освоения содержания программы

Определение уровня освоения программы по плаванию проводится 2 раза в год с использованием низко формализованных методов - наблюдение и в форме индивидуальной работы, где в начале года определяются стартовые возможности детей, а затем в конце года выявляется уровень сформированности знаний, умений, навыков воспитанников.

Методика проведения обследования уровня освоения детьми 4-5 лет программного материала по образовательному компоненту «Плавание»

Упражнение 1

Цель: определение умения опускать голову в воду

Содержание диагностического задания

Педагог предлагает ребенку сделать вдох, задержать дыхание, опустить голову в воду.

Упражнение 2

Цель: определение умения делать выдохи в воду

Содержание диагностического задания

Педагог предлагает ребенку делать выдохи в воду («пускать пузыри»).

Упражнение 3

Цель: определение умения лежать на воде

Содержание диагностического задания

Педагог предлагает ребенку выполнить упражнение «Звездочка»: сделать глубокий вдох, расставить руки и ноги в стороны, лечь на воду на грудь, опустив в воду лицо, задержать дыхание, лежать на воде до команды педагога.

Упражнение 4

Цель: определение умения скользить на груди без помощи ног

Содержание диагностического задания

Педагог предлагает ребенку выполнить упражнение «Стрела»: принять положение «Стрела», сделать вдох, лечь на воду, оттолкнуться от бортика, скользить вперед, вытянувшись (как стрела) - расстояние до 2-3 метров.

Оценка уровня освоения программного материала

2 балла (часто):

- развито «чувство воды» без негативных ощущений и водобоязни;
- знает и выполняет правила поведения в бассейне и в воде, требования по соблюдению мер личной гигиены.
- ребенок опускает голову в воду, задерживает дыхание (счет до 3);

- ребенок, делает вдох, опускает голову в воду – выдох;
 - ребенок делает вдох, ложится на воду, правильно фиксирует позу «звездочки» на длительное время (счет до 3-5);
 - ребенок правильно выполняет упражнение - скользит на расстояние до 2-3 метров;
- 1 балл (иногда):*
- развито «чувство воды» без негативных ощущений и водобоязни;
 - не всегда выполняет правила поведения в бассейне и в воде, требования по соблюдению мер личной гигиены;
 - ребенок делает вдох, кратковременно опускает лицо в воду, старается поднять голову из воды;
 - ребенок делает выдох неуверенно (боится выдохнуть в воду);
 - ребенок делает вдох, ложится на воду, но не может зафиксировать позу «звездочки» или выполняет ее неправильно;
 - ребенок отталкивается от бортика, но до ориентира «доскользить» не может.
- 0 баллов (крайне редко):*
- боится воды, самостоятельно не входит в нее;
 - не всегда выполняет правила поведения в бассейне и в воде, требования по соблюдению мер личной гигиены;
 - ребенок не может опустить голову, боится открыть глаза в воде;
 - ребенок боится опустить лицо в воду и сделать выдох;
 - ребенок делает вдох, пытается лечь на воду, но боится оторвать ноги от дна бассейна, до конца опустить лицо в воду;
 - ребенок во время выполнения упражнения пытается оттолкнуться от бортика, но сразу ставит ноги на дно, не может лечь на воду.

**Протокол
 обследования уровня освоения детьми 4-5 лет программного материала образовательного компонента
 «Плавание»**

Средняя группа № _____ МБДОУ «Крепыш»

Инструктор по физической культуре _____

№ п/ п	ФИ ребенка	Водобоязнь		Правила поведения в бассейне и в воде		Умение опускать голову в воду		Умение делать выдохи в воду		Умение лежать на воде		Умение скользить на груди без помощи ног		Итог	
		н	к	н	к	н	к	н	к	н	к	н	к		
1															
2															
3															
	2 балла														
	1 балл														
	0 баллов														

Литература и средства обучения

Методическая литература

1. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. - М.: Просвещение, 1991 г.
2. Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду. - М: Детство-пресс, 2003 г.

Дополнительная литература для педагога

1. Большакова И.Л. Маленький дельфин. - М.: 2005 г.
2. Мартынова Л.В., Попкова Т.И. Игры и развлечения на воде. - М.: 2006 г.
3. Зайцев В.В. Зачем учиться физкультуре. - М.: 2003 г.
4. Бородич Л.А., Назарова Р.Д. Занятия плаванием при сколиозе у детей и подростков. - М.: 1988 г.
5. Янушанец Н. Плавать раньше, чем ходить. - С.-П.: 2003 г.
6. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. - М.: 2003 г.

Оборудование

1. Тонущие и плавающие игрушки
2. Обручи.
3. Шайбы.
4. Надувные круги
5. Плавательные доски
6. Нарукавники

Технические средства обучения

1. Магнитофон;
2. CD и аудио материал

Календарно-тематическое планирование

Месяц	№	Планируемая дата	Фактическая дата	Тема	Цель	Содержание	Материалы и оборудование
Сентябрь	1-2			Правила поведения в бассейне и в воде. Гигиенические правила	Освоение правил поведения в бассейне и в воде	Вводный инструктаж по ТБ. Освоение с водой. Игровой метод.	Игрушки, обручи.
				Примечание: выявить водобоязнь			
	3			Освоение с водой. Игры.	Учить передвигаться по дну, выполнять упражнения по освоению с водой.	Ходьба, умывание, опускание лица и головы в воду. Дыхательные упражнения. Купание. Игры.	Обручи, игрушки.
				Примечание			
	4			Освоение с водой. Игры.	Уметь передвигаться по дну, выполнять упражнения по освоению с водой.	Ходьба, умывание, опускание лица и головы в воду. Дыхательные упражнения. Купание. Игры.	Обручи, игрушки.
			Примечание				
Октябрь	5			Отработка диагностических упражнений. Купание.	Учить выполнять контрольные упражнения.	Выполнение контрольных упражнений. Игры. Купание.	Обручи, игрушки.
				Примечание			

	6		Отработка диагностических упражнений. Купание.	Учить выполнять контрольные упражнения.	Выполнение упражнений. Игры. Купание.	контрольных	Обручи, игрушки.	
			Примечание					
	7		Купание, игры, эстафеты	Учить выполнять упражнения по освоению с водой в игровой форме.	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Купание.		Шайбы, игрушки, обручи.	
			Примечание					
	8		Купание, игры, эстафеты	Совершенствовать умение выполнять упражнения по освоению с водой в игровой форме.	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Купание.		Шайбы, игрушки, обручи.	
			Примечание					
Ноябрь	9		Купание, игры, эстафеты	Совершенствовать умение выполнять упражнения по освоению с водой в игровой форме.	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Купание.		Игрушки, обручи.	
			Примечание					
	10		Купание, игры, эстафеты	Совершенствовать умение выполнять упражнения по освоению с водой в игровой форме.	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Купание.		Игрушки, обручи.	
			Примечание					
	11		Освоение с водой	Учить выполнять упражнения по освоению с водой	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Игры.		Обручи, игрушки.	
			Примечание					

	12		Освоение с водой	Учить выполнять упражнения по освоению с водой	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Игры.	Обручи, игрушки.
			Примечание			
Декабрь	13		Освоение с водой	Совершенствовать умение выполнять упражнения по освоению с водой	Игры с элементами освоения с водой.	Плавательное оборудование.
			Примечание			
	14		Освоение с водой	Совершенствовать умение выполнять упражнения по освоению с водой	Игры с элементами освоения с водой.	Плавательное оборудование.
			Примечание			
	15		Купание, эстафеты	игры, Совершенствовать умение выполнять упражнения по освоению с водой в игровой форме.	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Игры.	Игрушки, доски, обручи.
			Примечание			
	16		Купание, эстафеты	игры, Совершенствовать умение выполнять упражнения по освоению с водой в игровой форме.	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Игры.	Игрушки, доски, обручи.
			Примечание			
	17		Освоение с водой	Учить опускать лицо и голову в воду.	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Игры.	Игрушки, доски, обручи.
			Примечание			

Январь	18		Освоение с водой	Учить опускать лицо и голову в воду.	Ходьба, умывание, обливание. Специальные упражнения. Игры.	Игрушки, доски, обручи.
			Примечание			
	19		Освоение с водой	Учить опускать лицо и голову в воду.	Подвижные игры с элементами упражнений по освоению с водой.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
Февраль	20		Освоение с водой	Учить опускать лицо и голову в воду.	Подвижные игры с элементами упражнений по освоению с водой.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
	21		Лежание на воде «Звездочка»	Освоить технику выполнения упражнения «Звездочка»	Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Гигиенические требования. Упражнения по освоению с водой.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
	22		Лежание на воде «Звездочка»	Освоить технику выполнения упражнения «Звездочка»	Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Гигиенические требования. Упражнения по освоению с водой.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
	23		Лежание на воде «Звездочка»	Освоить технику выполнения упражнения «Звездочка»	Ходьба, умывание, опускание лица и головы в воду. Специальные упражнения по освоению с водой. Игры.	Игрушки, плавательные доски, обручи.
			Примечание			
Март	24		Лежание на воде «Звездочка»	Освоить технику выполнения упражнения «Звездочка»	Ходьба, умывание, опускание лица и головы в воду. Специальные упражнения по освоению с водой. Игры.	Игрушки, плавательные доски, обручи.
			Примечание			
	25		Подвижные игры	Учить играть в подвижные	Упражнения по освоению с водой.	Доски, игрушки,

				игры с элементами освоения с водой.	Специальные упражнения. Игры. Купание.	обручи.
			Примечание			
26			Подвижные игры	Учить играть в подвижные игры с элементами освоения с водой.	Упражнения по освоению с водой. Специальные упражнения. Игры. Купание.	Доски, игрушки, обручи.
			Примечание			
27			Лежание на воде «Звездочка»	Учить лежать на воде, выполнять упражнения «Звездочка».	Игры с элементами упражнений по освоению с водой.	Плавательный инвентарь.
			Примечание			
28			Лежание на воде «Звездочка»	Закреплять умение лежать на воде, выполнять упражнения «Звездочка».	Игры с элементами упражнений по освоению с водой.	Плавательный инвентарь.
			Примечание			
Апрель	29		Отработка диагностических упражнений. Купание.	Определить умение выполнять упражнения по освоению с водой.	Выполнение контрольных упражнений. Купание.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
	30		Отработка диагностических упражнений. Купание.	Определить умение выполнять упражнения по освоению с водой.	Выполнение контрольных упражнений. Купание.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
	31		Лежание на воде «Звездочка»	Закреплять умение лежать на воде, выполнять упражнения «Звездочка».	Ходьба, умывание, опускание лица и головы в воду. Лежание на воде. Игры.	Плавательный инвентарь.
			Примечание			

	32		Лежание на воде «Звездочка»	Закреплять умение лежать на воде, выполнять упражнения «Звездочка».	Ходьба, умывание, опускание лица и головы в воду. Лежание на воде. Игры.	Плавательный инвентарь.
			Примечание			
	33		Совершенствование упражнений по освоению с водой.	Закрепление и совершенствование скольжения на груди и на спине.	Умывание, опускание головы и лица в воду, выдох в воду. Игры.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
Май	34		Совершенствование упражнений по освоению с водой.	Закрепление и совершенствование скольжения на груди и на спине.	Умывание, опускание головы и лица в воду, выдох в воду. Игры.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
	35		Подвижные игры	Закрепление умения играть в подвижные игры с элементами освоения с водой.	Игры с элементами упражнений по освоению с водой.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
	36		Подвижные игры	Закрепление умения играть в подвижные игры с элементами освоения с водой.	Игры с элементами упражнений по освоению с водой.	Игрушки, обручи.
			Примечание			
	37		Развлечения на воде	Закрепление умения играть в подвижные игры с элементами освоения с водой.	Развлечения, игры, купание.	Игрушки, обручи.
			Примечание			